



1. このツールを使用する前に

# 1. 家族に対する支援・介入の重要性

薬物依存症の治療や回復を考える時に、なぜ家族が重要な存在として注目を浴びるのかというと、そこには二つの理由があると思われます。

まず一つ目は、薬物依存症者本人の回復に対して家族の協力が大きく関わってくることです。薬物依存症は治療を必要とする精神障害の一つでありながら、本人は自ら治療を受ける意思がないことが非常に多く見受けられます。そのような状況の中でも、家族が上手に対応し、治療に関する提案ができるようになることで、本人が治療を受け入れる可能性は高くなるでしょう。この病気はいつでも再発する可能性があります。その再発を防ぐためにも、身近な家族にはできることがたくさんあるのです。実際に、支援者が家族に対する介入を行うことにより、薬物依存症者の予後を改善することができたという研究結果が、これまでに多数報告されています。

二つ目の理由は、家族自身のことです。長い間本人の薬物問題に巻き込まれ続けた家族の多くは、心身の健康に問題を抱えながら生活しています。これもまた過去の研究で広く実証されていることですが、薬物依存症者を持つ家族の中には、家族自身が精神的なケアを必要としている人も少なくないのです。このような家族に対して支援介入を行うことは、本人の治療や回復と切り離して考えても非常に重要なことであるといえます。

# 2. 家族の支援・介入を行う際の基本姿勢

相談機関等に登場する多くの家族は、薬物問題の発覚に非常なショックを受けていたり、暴力や借金など薬物関連の問題への対処に長い間追われ続けてきたりしているため、心身ともに消耗し混乱しています。まずは家族の様々な思いをしっかりと受け止めて気持ちの安定をはかり、信頼関係を築きながら現状の正しい理解や整理を助け、希望を持って今後の支援計画を共に考えていくことが必要になります。

そのために、支援者が特に着目すべきは、家族の「自責の念」や「無力感」です。家族自身が意識しているかどうか、また、言葉で直接表現しているかどうかはともかく、非常に多くの方が、家庭の中の薬物問題について自分を責める気持ちを感じています。「自分の子育ての仕方が悪かったから子どもが薬物を使うようになってしまった」「なんとか薬物をやめさせようと考えられる全てのことを必死でやってきたのに結局事態は好転せず、どんどん悪くなるばかりだ」「家族を救うことができない自分自身を不甲斐ないと感じる」など、とても肩身の狭い思いをしながら、やっとのことで相談の場を訪れたであろう家族の気持ちを理解しようとする姿勢が必要です。

罪責感について過敏になっている家族のことを考えると、相手のとらえ方によっては、家族や家庭に問題があったために薬物問題が生じたとか、家族の対応のまずさが薬物問題の深刻化を招いているといった誤解を与えかねない言葉は極力控えるべきでしょう。代わりに、薬物問題は家族も含む幅広い環境や本人の問題など様々な要因が複雑に絡み合っ生じてくるという事実を伝える必要があります。また、これまで薬物問題の解決をはかろうと懸命な努力をしてきた家族に対してはその熱意と行動力を評価しつつ、それでも本人が薬物をやめようとしないのであれば、それは薬物依存症という病気にかかっている可能性があること、また、そうだとすれば、薬物問題が解決しないのは家族のせいではなくて、依存症という病気のためであることを説明する必要もあります。

信頼関係を築くためには、支援者は家族を批判したり責めたりする気持ちがないこと、これまで様々な苦勞をしてきた家族に対して敬意の気持ちを持っていることが伝わるような関わりが不可欠です。その上で、せっかく頑張っているのに回復に向けて効果が得られないような家族の言動は減らし、その代わりに、回復に役立つような言動を増やしていけるよう働きかけます。

最後に、家族と本人の回復を支援するためには、それぞれの状況や段階に応じて様々な資源を利用する必要が生じてきます。そのため、常日頃から地域にどのような活用できる資源があるのか把握しておくことや、可能であれば実際に足を運んでみて、そこでどのような治療が提供され、また、どのような活動が行われているかなどについて知っておくことが必要になります。

### 図1 家族に対して支援介入を行う際の7つの基本姿勢

- 家族を責めたり批判したりしない。
- これまで様々な努力をしてきた家族に対して敬意の気持ちを表す。
- 「自責の念」にとらわれすぎず、「希望」をもち未来のために行動できるように働きかける。
- 薬物依存症という病気や家族関係など、現状を正しく理解できるよう支援する。
- 回復のために効果がない関わりを減らし、効果のある関わりを増やせるよう支援する。
- 共に支援計画を作成し、適宜見直ししながら、継続的に支援を行う。
- 家族及び本人が利用できる地域資源についてよく理解しておく。

(「薬物依存症者をもつ家族を対象とした心理教育プログラム」より引用)